



Εργαστήριο Ψυχολογικής  
Συμβουλευτικής Φοιτητών

"Έχω διαβάσει τόσα πολλά  
γύρω από το κάπνισμα και  
το ποτό, που αποφάσισα να  
κόψω το διάβασμα!"

Ας λυθούν πρώτα όλα τα  
άλλα προβλήματα, και θα  
κόψω και εγώ το τσιγάρο.

Ζω το τώρα, και τώρα  
είμαι καλά. Θα κόψω το  
τσιγάρο όταν και αν  
χρειαστεί!

"Δεν είναι δύσκολο να  
κόψει κανείς το  
κάπνισμα... Το έχω κάνει  
πάνω από 100 φορές!"

Και τι έχεις να χάσεις  
αν δοκιμάσεις? Έλα  
στο Συμβουλευτικό  
Κέντρο!  
Είναι και δωρεάν!



## Ομαδικό πρόγραμμα για τη διακοπή του καπνίσματος

Συντονισμός: Αναστασία Σοφianoπούλου, Κλινική Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια

Εργαστήριο Ψυχολογικής Συμβουλευτικής Φοιτητών

(Φιλοσοφική Σχολή, γραφείο 511)

Καθημερινά, 10.00 - 15.00, τηλέφωνο: 210-7277554

E-mail: [ansofian@psych.uoa.gr](mailto:ansofian@psych.uoa.gr)